

Pengaruh Pemberian Sudut Posisi Tidur 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung

Popy Irawati, Elang Wibisana, Adi Krisna Bayu

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang

Diterima: 1 Agustus 2019

Disetujui: September 2019

Abstrak

Gagal jantung merupakan kondisi dimana jantung tidak dapat memompa darah dengan adekuat. Penderita gagal jantung sering terbangun pada malam hari karena sesak nafas yang menyebabkan kualitas tidur pasien menurun. Posisi tidur *semi fowler* dengan sudut 45° merupakan salah satu tindakan *positioning* yang dipercaya dapat menekan sesak nafas, sehingga pasien dapat tidur lebih nyaman dan tidak terbangun pada malam hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Sudut Posisi Tidur 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung. Desain penelitian yang digunakan, yaitu *Pre dan Post Test Without Control*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur pasien jantung yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Sampel penelitian berjumlah 16 responden yang diambil dengan teknik *Purposive Sampling*. Teknik Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah *Wilcoxon Match Pair Test*. Penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur buruk pasien gagal jantung sebelum diberikan perlakuan yaitu sebanyak 18 responden (100%), setelah diberikan perlakuan kualitas tidur baik sebanyak 12 responden (66,7%) dan yang mengalami kualitas tidur buruk sesudah diberikan intervensi sebanyak 6 responden (33,3%). Hasil uji statistik *Wilcoxon Match Pair Test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara Pemberian Sudut Posisi Tidur 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung dengan nilai *p value* sebesar 0,00 dengan nilai normal $< \alpha$ (0,05). Hal ini berarti jika penderita gagal jantung menerapkan posisi tidur 45° bisa mengurangi rasa kesulitan saat tidur. Terdapat perubahan kualitas tidur pasien gagal jantung setelah diberikan posisi *semi fowler* 45° pada kelompok intervensi, sehingga posisi *semi fowler* 45° dapat dipertimbangkan untuk menjadi intervensi mandiri keperawatan dalam menangani masalah tidur pada pasien gagal jantung.

Kata Kunci: Gagal Jantung, Posisi Tidur 45°, Kualitas Tidur

Rujukan artikel penelitian:

Yoyoh, I., Irawati, P., Bayu, A K. (2019). Pengaruh Pemberian Sudut Posisi Tidur 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*. Vol. 3 (1): 81-89.

Abstract

Heart failure is a condition where the heart cannot pump blood adequately. Patients with heart failure often wake up at night due to shortness of breath which causes the patient's sleep quality to decline. The position of semi fowler bed with 45° angle is one of the positioning actions that are believed to be able to suppress shortness of breath, so that patients can sleep more comfortably and not wake up at night. This study aims to determine the effect of 45° sleep position angles on sleep quality in patients with heart failure. The research design used was Pre and Post Test Without Control. Data collection used the observation sheet of the Pittsburgh Sleep Quality Index Questionnaire (PSQI) to assess the sleep quality of heart patients who had been tested for validity and reliability. The research sample amounted to 16 respondents taken by purposive sampling technique. The analysis technique used in this study is the Wilcoxon Match Pair Test. This study showed that poor sleep quality of heart failure patients before being given treatment was 18 respondents (100%), after being given the treatment of good sleep quality as many as 12 respondents (66.7%) and those who experienced poor sleep quality after being given intervention as many as 6 respondents (33.3%). The results of the Wilcoxon Match Pair Test statistical test show that there is an influence between the Giving of Sleep Position 45° Towards Sleep Quality in Heart Failure Patients with a p value of 0.00 with a normal value $<\alpha$ (0.05). This means that if a person with heart failure applies a 45° sleeping position can reduce the feeling of difficulty during sleep. There is a change in sleep quality of heart failure patients after being given a 45° semi fowler position in the intervention group, so that the semi fowler 45° position can be considered to be an independent nursing intervention in dealing with sleep problems in heart failure patients.

Keywords: Heart Failure, 45° Sleep Posittion, Sleep Quality

PENDAHULUAN

Gagal jantung adalah suatu kondisi yang terjadi ketika jantung tidak dapat merespon secara adekuat terhadap stres untuk memenuhi kebutuhan metabolik tubuh. Pada kondisi ini jantung gagal untuk melakukan tugasnya sebagai pompa dan akibatnya gagal jantung¹. Gagal jantung memiliki tanda dan gejala yang sering dikeluhkan oleh penderitanya, yaitu badan lemah, cepat lelah, berdebar - debar, sesak napas, batuk anoreksia, dan keringat dingin, batuk. Gejala lain yang muncul yaitu dispnea, ortopnea, Paroksimal Nocturnal Dyspnea (PND), dan edema pulmonal². Penderita gagal jantung identik dengan pernafasan cepat, dangkal, dan kesulitan mendapatkan udara yang cukup. Penderita akan sering terbangun tengah malam karena mengalami nafas pendek yang hebat dikarenakan perpindahan cairan dari bagian intravaskuler sehingga muncul kesulitan untuk tertidur³. Data yang didapatkan dari Dinkes Kota Tangerang sebanyak 1.256 orang dengan diagnosa gagal jantung. Perawat harus memahami sifat alamiah dari tidur, faktor yang mempengaruhi tidur dan kebiasaan tidur

pasien untuk membantu pasien mendapatkan kebutuhan tidur dan istirahat⁴. Intervensi keperawatan tambahan untuk mengatasi masalah gangguan tidur adalah Positioning⁵. Positioning adalah tindakan keperawatan yang dilakukan dengan cara memberikan pasien posisi tubuh sesuai dengan hambatan yang diderita dengan tujuan manajemen keselarasan dan kenyamanan fisiologis dan bertujuan untuk meningkatkan ekspansi paru dan memperbaiki pertukaran gas⁶. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian apakah terdapat pengaruh pemberian sudut posisi tidur 45° setelah diberikan intervensi?. Tujuan dalam penelitian ini adalah menganalisis pengaruh pemberian sudut posisi tidur 45° terhadap kualitas tidur pasien gagal jantung di RSUD Kota Tangerang.

METODE

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan jenis desain *Quasi Eksperimental*. Desain yang digunakan pada penelitian ini yaitu, *Pre and Post Test Without Control*. Penelitian ini dilaksanakan di rawat inap RSUD Kota Tangerang pada bulan Juli 2019 dengan sampel 18 responden dengan klasifikasi *NYHA* 2-3. Pengambilan data menggunakan kuesioner PSQI untuk menilai kualitas tidur responden. Pengujian hipotesis menggunakan rumus paired sampel t-test.

Pengujian Persyaratan Sebaran Data

Tabel 1. Uji Normalitas Shapiro Wilk (n=18)

Variabel	Sig.	Keterangan
Kualitas tidur sebelum Intervensi	0,29	Berdistribusi Normal
Kualitas tidur setelah Intervensi	0,65	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan data hasil uji shapiro wilk kualitas tidur pre intervensi dengan hasil Sig. 0,029 >0,05. Kualitas tidur post intervensi menunjukkan hasil Sig. 0,065 >0,05. Didapatkan kesimpulan bahwa kualitas tidur pre intervensi dan kualitas tidur post intervensi berdistribusi normal. Sehingga uji statistik bivariat yang digunakan adalah uji paired

Hasil

Analisa Univariat

Tabel 2. Karakteristik Responden Gagal Jantung di RSUD Kota Tangerang (n=18)

No	Umur	Jumlah	Presentase (%)
1	26-45 tahun	8	44.4
2	46-65 tahun	10	55.6
	Total	18	100.0
No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
1	Laki-Laki	10	60
2	Perempuan	8	40
	Total	18	100.0

sample t-test.

Berdasarkan tabel 1 diatas hasil analisis diatas responden yang berusia 26-45 sebanyak 8 orang (44.4%) dan yang berusia 46-65 sebanyak 10 orang (55.6%). Sedangkan untuk kategori jenis kelamin didapatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dengan mayoritas responden laki – laki sebesar 10 responden dengan persentase (60%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pre Test dan Post Test Pemberian Sudut Posisi Tidur di RSUD Kota Tangerang (n=18)

Kualitas Tidur	Sebelum Perlakuan (M =8)		Sesudah Perlakuan (M=5)	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	0	0	12	66,7
Buruk	18	100	6	33,3
Jumlah	18	100	18	100,0

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa kualitas tidur pasien gagal jantung sebelum diberikan perlakuan yaitu sebanyak 18 responden (100%) dengan kategori buruk. Setelah diberikan perlakuan menjadi kualitas tidur dengan kategori baik sebanyak 12 responden (66,7%), sedangkan 6 responden (33,3%) responden tidak mengalami perubahan kualitas tidur.

Analisa Bivariat

Tabel 3. Hasil Uji Statistik Paired Samples Test

Variable	PValue
Kualitas Tidur preintervensi - Kualitas Tidur postintervensi	0.000

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui nilai Sig. (2-tailed) atau pValue (tingkat kesalahan) adalah sebesar $0.000 < 0.05$ (CI 95%). Didapatkan kesimpulan bahwa ada perubahan yang signifikan pada kualitas tidur pada pasien gagal jantung sebelum dan sesudah diberikan sudut posisi tidur 45° karna nilai pValue lebih kecil dari pada < 0.05 .

PEMBAHASAN

Berdasarkan teori Muttaqin (2009), Kontraktilitas ventrikel kiri yang menurun mengurangi volume sekuncup, dan meningkatkan volume residu ventrikel. Dengan meningkatnya volume akhir diastolik ventrikel kiri. Akibatnya terjadi pula peningkatan atrium kiri karena atrium

dan ventrikel berhubungan langsung selama diastol. Peningkatan tekanan atrium kiri diteruskan kebelakang kedalam pembuluh darah paru – paru. Apabila tekanan hidrostatik anyaman kapiler melebihi tekanan onkotik pembuluh darah, akan terjadi transudasi cairan ke dalam interstisial sehingga terjadilah edema interstisial ang dapat mengganggu pertukaran gas yang akan membuat pasien sesak nafas dan tidak bisa memenuhi kebutuhan istirahat dan tidurnya. Kebutuhan tidur yang cukup ditentukan selain oleh faktor jumlah jam tidur (kuantitas tidur), juga oleh faktor kedalaman tidur (kualitas tidur). Beberapa faktor yang mempengaruhi kuantitas dan kualitas tidur yaitu, faktor fisiologis, faktor psikologis, lingkungan dan gaya hidup.

Dari faktor fisiologis berdampak dengan penurunan aktivitas sehari – hari, rasa lemah, lelah, daya tahan tubuh menurun, dan ketidak stabilan tanda tanda vital, sedangkan dari faktor psikologis berdampak depresi, cemas, dan sulit untuk konsentrasi. Peran perawat dalam memberikan tindakan tambahan untuk mengatasi gangguan tidur pada pasien gagal jantung sangat penting untuk kesejahteraan pasien yang membuat pasien lebih cukup waktu tidurnya dan membuat waktu kesembuhan pasien menjadi lebih cepat. Pemberian sudut

posisi tidur 45° dapat meningkatkan oksigen yang membuat pasien gagal jantung lebih merasa nyaman pemberian sudut posisi tidur 45° membuat curah jantung meningkat dan cairan dalam ruang interstisial bergerak kebawah yang membuat pertukaran gas dalam paru lebih optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Pengaruh Pemberian Sudut Posisi Tidur 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik klien gagal jantung di RSUD Kota Tangerang yang mengalami gagal jantung mayoritas laki-laki, berumur 46-60 tahun. Hasil rata-rata skor kualitas tidur sebelum diberikan sudut posisi tidur 45° adalah 8, sedangkan hasil rata-rata skor kualitas tidur setelah diberikan intervensi adalah 5. Ada pengaruh yang signifikan antara pengaruh sudut posisi tidur 45° terhadap kualitas tidur pada pasien gagal jantung. Oleh karena itu, diharapkan tenaga kesehatan terutama perawat untuk dapat memfasilitasi pasien dalam mengubah posisi untuk mempertahankan kualitas tidurnya.

Daftar Pustaka

- Aspiani, R.Y (2016). Buku ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular. Jakarta:EGC
- Buyse DJ et al. (1989). Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) *Psychiatry Res.*
- Chandrasoma dan Taylor. (2006). Ringkasan Patologi Anatomi. Ed : ke -2. Jakarta : EGC
- Dipiro, J., Talbert, R., Yee, G., Matzke, G., Wells, B., Posey, L. (2008). *Pharmacotherapy : A Pathophysiologic Approach*. Seventh Edition, Mc-Hill Medical Publishing, New York
- Dochterman & Bulechek, (2000). *Nursing Intervention Classification (NIC)* Sixth Edition. United States of America: Elsevier
- Fatmawati. (2013). *Cardio Heart Failure*. Jakarta.
- Hastono, S.P.(2010). *Statistik Kesehatan*. Jakarta.
- Hawks.Joyce M., Hawks, Jane Hokanson, (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Vol.8.No 3.Jakarta : Salemba Medika.
- Indrawaty, L., (2011). Hubungan Posisi Tidur dengan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure di RSUD Kota Bekasi Tahun 2011. (diakses pada 12 Febuari 2019).
- Israel, S.A., Duhamel, E.R.,Stepnowsky, C., Engler, R., Zion, M.C., & Marler, M.(2003). The relationship between congetive heart failure, sleep apnea, and mortality in older men, http://www.guideline.gov/summary.aspx?Vied_id diunduh tanggal 12 febuari 2019.
- Kartika Ira Iin. (2017). (Buku Ajar Dasar-Dasar Riset Keperawatan Dan Pengolahan Data Statistik) Jakarta
- Kusuma Kelana Dharma. (2011). (Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian). Jakarta: TIM.
- Melanie, R (2011). Analisis Pengaruh Sudut Posisi Tidur terhadap Kualitas Tidur dan Tanda Vital Pada Pasien Gagal Jantung Di Ruang Rawat Intensif RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung. (diakses 17 Febuari 2019). 52

- Muttaqin, A (2009). Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler. Jakarta : Salemba Medika
- Notoadmodjo S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter, P.A. dan Perry, A.G. (2006). Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktik. Vol.2.No 4. Jakarta: EGC.
- Riskesdas, Provinsi Banten (2013) diakses pada tanggal 26 febuari 2019
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-jantung.pdf>
- Shahab, S., Fauzan, S., Budiarto, I (2016). Pengaruh Posisi Tidur Semi Fowler 45° Terhadap Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung Di Ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak. (diakses pada 14 Febuari 2019).
- Smeltzer, S., C., & Brenda G., B. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart (Vol 2). Philadephia. Buku kedokteran EGC
- Sulistiyowati, D (2015). Pengaruh Posisi Tidur dan Status Kardiovaskuler Pada Pasien IMA (Infark Miokard Akut). (Diakses pada 14 Febuari 2019).
- Talwar, A., Liman, B., Greenberg, H., Feinsilver, S., H., and Vijayan, H.(2008). Sleep in the Intensive Care Unit. India : University of Delhi.
- World Health Organization, (2013) Diakses tanggal 28 febuari 2019 dari
http://www.who.int/violence_injury_Prevention/roadsafety_stat us/2015/en/
- Wilkinson M., J. (2007). Buku Saku Diagnosa Keperawatan dengan Intervensi NIC dan Kriteria hasil NOC. Edisi 7. Alih bahasa : Widyawati, S.Kp., M.Kes., dkk. Jakarta : EGC.